Allergies

Quand les défenses de l'organisme sont exacerbées

Plus de 30 % des Français souffrent d'allergies. Les responsables sont, en premier, les acariens, les pollens avec un facteur aggravant : la pollution. Une allergie n'est pas une maladie. Elle est le résultat de manifestations excessives de défense de l'organisme par rapport à l'introduction d'un allergène.

Depuis deux ans, Ludivine présente une rhinopharyngite chronique, accompagnée plusieurs fois par an d'une crise d'asthme : son auscultation pulmonaire retrouve des sibilants même en dehors de ses crises : elle est allergique. Le diagnostic posé, il est essentiel de retrouver le responsable de son état : l'allergène.

Des risques à l'intérieur de l'habitat

Après interrogatoire, le médecin retrouve des facteurs de risque d'allergie chez Ludivine : une chambre dont la température est supérieure à 20 °C en permanence, une moquette à long poils sur le sol, des rideaux épais aux fenêtres, une literie ancienne recouverte d'une couette en duvet de canard et de nombreuses peluches. Cet univers est idéal pour le développement d'acariens. Ces petites bêtes microscopiques adorent en effet les atmosphères chaudes et humides, les coins obscurs et les literies anciennes où ils trouvent leur nourriture : principalement les squames de peau humaine.

A l'intérieur de l'habitat, on retrouve les blattes responsables de nombreuses allergies mais aussi l'animal domestique. Ainsi le chat, surtout s'il est âgé, développe des sécrétions cutanées squameuses retenues dans ses poils et très allergisantes. Le chien aussi présente les mêmes inconvénients ainsi que tout animal à fourrure : du furet au cobaye en passant par le lapin.

Les animaux à plumes ne sont pas exempts, les oiseaux étant de grands pourvoyeurs d'allergies comme d'infections.

Si l'on quitte l'univers interne à l'habitation, on retrouve d'autres allergènes, plutôt d'origine végétale : les pollens. Tout au long de l'année ou presque, les mois de décembre à février exceptés, en fonction des dates propres à chaque espèce de pollinisation, le calendrier allergique est activé. Ainsi les platanes débutent en mars-avril, puis les bouleaux, les chênes, les châtaigniers, le plantain pour les plantes en mars, puis les graminées et céréales, les orties, l'armoise, pour finir en octobre par l'ambroisie.

Quelles sont les manifestations ?

Tout symptôme ORL peut révéler une allergie : que ce soit une rhinite chronique, une brûlure, un picotement, un larmoiement des yeux, une toux rebelle à tout sirop, des éternuements incoercibles. Ce sont autant de manifestations qui deviennent spécifiques si des signes de la présence d'anticorps sont retrouvés dans le sang. Un excès d'éosinophiles ou d'IgE est alors pathognomonique d'allergie. Si l'on a un doute ●●●

Les prick tests

Précautions d'emploi : l'examen ne doit pas être effectué en période de poussée allergique, de prise de bêtabloquants per os ou en collyre depuis au moins 15 jours. Il ne doit pas non plus être fait en cours de grossesse. Il s'agit en fait d'une recherche cutanée des anticorps spécifiques de l'allergène testé. Cette recherche est effectuée sur la face antérieure de l'avant-bras ; la peau doit être saine. Chez l'enfant, les tests peuvent être faits sur le dos.

Mode d'emploi : On dépose les allergènes sur la peau et on les fait pénétrer à l'aide d'aiguilles réalisant des micropunctures dans l'épiderme. Ces extraits allergéniques sont choisis en fonction des données de l'interrogatoire et de l'examen clinique du patient.

Un test de référence est réalisé à l'aide d'histamine ou de phosphate de codéine. S'il réagit, une hyperréactivité cutanée est détectée et la lecture des tests devient alors très difficile.

La lecture se fait après 15 à 20 minutes. On recherche la présence d'une papule ou d'un érythème au niveau du test, son diamètre est mesuré et comparé au témoin.

Incidents : la possibilité de fortes réactions allergiques nécessite de disposer d'un matériel de réanimation à portée de main.

Allergies

sur l'allergène responsable, on peut pratiquer un dosage d'IgE spécifique ou des prick tests.

Conseils pratiques

En cas d'allergie, le meilleur traitement est préventif : à savoir, éviter l'allergène.
Si celui-ci est animal, il est idéal de l'éloigner. Lorsque ce n'est pas possible, on doit essayer de le baigner au moins une fois par semaine, sinon pratiquer sur lui un shampoing sec, les deux exercices étant exécutés pour éliminer, dans les poils, les éléments squameux potentiellement allergisants.
Pour éradiquer les acariens, des bombes acaricides permettant de traiter le local d'habitation sont disponibles. Pour les pièces à vivre, on choisira de préférence aux moquettes et aux parquets anciens cirés, qui doivent être plutôt vitrifiés, des revêtements de sol à base de carrelage faciles à nettoyer. Les murs seront peints, les fenêtres resteront sans rideaux. La literie sera de préférence à base de composants synthétiques et aspirée hebdomadairement. Sont à éviter les laines, coton, plumes et duvets, les peluches naturelles ou empoussiérées. Des housses de protection pour oreillers, matelas, des filtres pour aspirateurs existent comme autant de barrières anti-acariens. Sont à bannir également les bombes aérosols à usage ménager supposées aider au repassage ou au dépoussiérage des meubles : elles contribuent à polluer l'atmosphère intérieure des habitations et, par là, à faciliter les réactions allergènes. Il ne faut pas oublier le tabac qui, en plus de ses effets nocifs pour le système respiratoire du fumeur et des personnes vivant sous le même toit, présente un facteur allergène puissant. Il ne faut pas trop calfeutrer et chauffer les appartements, il faut en revanche éviter les dépôts d'humidité et l'air vicié en aérant abondamment tous les jours.
Quant à la pollution externe, elle n'est pas allergisante en elle-même, mais elle prépare ou aggrave une allergie potentielle. Les habitants des centres-ville souffrent ainsi plus d'allergie que ceux de la périphérie urbaine.

Traitement

Afin de lutter contre l'action nocive d'une des substances réactives de l'allergie, l'histamine, on utilise les antihistaminiques, tout en sachant qu'ils sont susceptibles d'entraîner des somnolences et qu'ils ne doivent donc pas être utilisés en cas de conduite.

Des cures courtes de corticoïdes ou au long cours, sous forme retard, peuvent s'avérer utiles en cas d'insuffisance de résultat des antihistaminiques ou devant l'importance des manifestations cliniques.
La désensibilisation à base d'extraits allergéniques dilués est plus efficace si un seul allergène est en cause. L'espoir d'un vaccin spécifique et peu réactogène est permis, une expérimentation animale étant en cours.

J.B.

Pour en savoir plus :

– Le guide des allergies, des Drs B. Poitevin et B. Chemouny, éditions Odile Jacob.

– Association SOS Allergies, 46, rue Lauriston, 75016 Paris. Tél. : 0 825 000 364.

Site Internet : www.sosallergies.com

L'allergie au latex

Chez les patients et les personnels soignants, l'allergie au caoutchouc naturel, ou latex, est fréquente. Des gants aux ballonnets de sonde d'intubation, des tapis de bain aux rideaux de douche : dans l'univers professionnel comme dans l'univers domestique, le latex est omniprésent. De plus, il présente une allergie croisée avec certains aliments comme le kiwi, la banane, l'avocat, la châtaigne ou le sarrasin, mais aussi avec une plante d'intérieur comme le *Ficus benjamina*. Le latex est donc à éviter pour toutes les personnes allergiques.

Les acariens et l'alimentation

Si on a l'habitude de chercher les acariens dans les milieux sombres et humides comme les placards, greniers, parquets anciens, on pense moins souvent qu'ils peuvent se trouver au sein de notre propre alimentation. Par exemple, en contaminant les farines alimentaires conservées dans de mauvaises conditions, ils peuvent ainsi se retrouver dans des pizzas, des crêpes ou toutes sortes de gâteaux. Ils sont alors responsables de phénomènes allergiques quelques minutes après l'ingestion d'aliments et jusqu'à deux heures après celle-ci. Cette allergie est complètement sournoise.
Pour éviter ce problème, il suffit de conserver la farine dans des récipients bien clos, à l'abri de l'humidité.